

Uno Nessuno Centomila

Ottobre 2024 - Numero Ventuno "IL DISGUSTO"



Mensile realizzato dalla CTRP B della Cooperativa "Un segno di Pace Onlus" di Vallonara di Marostica (VI)
Sito: www.unsegnodipace.it
Social: Facebook Un Segno di Pace ONLUS
Instagram [unsegnodipaceonlus](https://www.instagram.com/unsegnodipaceonlus)

SOMMARIO

- * Editoriale
- * Cultura Costume e Società
- * Pensieri Liberi e disgustosi
- * Le Favole di Elisa
- * Attività di Comunità
- * Parole in versi
- * Notizie dalle Nostre Comunità
- * Arte & Arte

IN REDAZIONE

- * Alberto B.
- * Cinzia B. .
- * Dunia B (OSS) .
- * Serena P.
- * Cristina C.
- * Elisa M.
- * Redina F. (TERP)



È con la partecipazione di:
Giuseppe P. Valentina T.

EDITORIALE

A cura di . Dunia B.

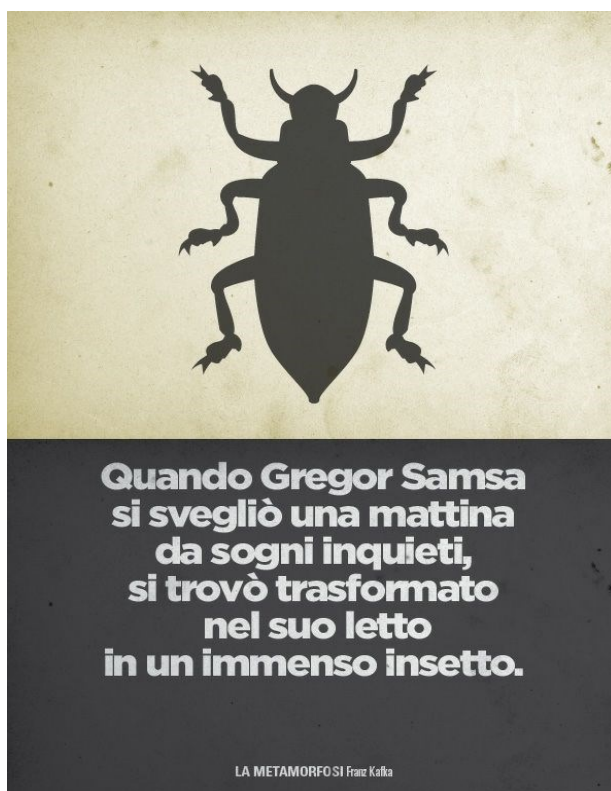
Durante l'esplorazione del sentimento del disgusto, ultima tappa del ciclo delle emozioni primarie, ho notato che tutti hanno detto come prima cosa gli insetti. Il mio pensiero è andato subito a Kafka....

Gregor Samsa, modesto commesso viaggiatore, dopo il fallimento del padre è diventato il solo sostegno della famiglia. Gregor assolve ai suoi doveri fino ad annullarsi. Una mattina d'autunno si risveglia nella propria stanza trasformato in un enorme scarafaggio. Egli non si meraviglia affatto di questa metamorfosi, descritta con puntiglioso realismo, perché in realtà scarafaggio si è sempre sentito.

Costretto dalla ripugnanza che suscita nei familiari a vivere chiuso nella sua stanza, organizza la vita strisciando lungo le pareti, rifugiandosi sotto il sofà, nutrendosi di rifiuti. Un giorno attirato da suono del violino della sorella Grete, esce dalla stanza. Il padre inorridito gli lancia contro una mela che gli rimane conficcata nel dorso procurandogli grande sofferenza.

Gregor allora torna a rinchiudersi e a poco a poco, trascinandosi sempre più penosamente, si lascia morire. La serva entrando ne constata la morte e libera la stanza dall'immondo insetto. Nella famiglia, liberata dall'incubo, prevale un sentimento di sollievo.

Gregor Samsa deve subire, fino alla morte, le vessazioni e umiliazioni indotte dal suo nuovo stato, ma al tempo stesso, in quel modo così assurdo, evade dall'orrore suscitato in lui dall'ossessivo ritmo di una esistenza scandita secondo tempi e indicazioni morali inderogabili. Siamo in un ambiente piccolo-borghese, composto da persone sostanzialmente meschine e conformiste, più attente al giudizio degli altri che ai legami affettivi, dove il dolore, la malattia, la diversità vengono vissute con vergogna.



LA PAGINA DI CULTURA, COSTUME E SOCIETA'

A cura di Alberto B.

Collegandomi all'articolo di questo mese che riguarda il disgusto vorrei proporre il tema dell'orto, di questa estate appena passata.

Dando da bere all'orto verso fine Giugno, la seconda metà di Agosto, mi sono trovato a raccogliere pomodori, zucche, zucchine...ecc... con insolite presenze..lumache senza guscio di colore marroncino chiaro. Chiudendo un occhio sulle zanzare che mi hanno divorato le gambe, verso sera, mi sono pure trovato questa specie di lumache che hanno fatto presenza a settembre in gran quantità. Ho provato a *dipingerle* sul tema di questo mese su un foglio bianco e si confermano viscide e mangia pomodori. Tra lumache, merli e bruchi, e soprattutto con un orto BIO, il raccolto è stato comunque garantito all'incirca il 75%.

Mi piacerebbe col raccolto proporre degli scambi leggeri con altre strutture della Cooperativa Un segno di pace, in cambio di pane, bruschette, pizze, ecc...



Concludendo, credo che quest'anno l'orto sia riuscito, e quindi lo riproporrei anche per il prossimo anno. *Ottima l'idea della paglia* come sub-strato ed i pomodori in parte con il palo in parte senza palo in grande quantità. Da rivedere le 3 piante di melanzane ed le 3 piante di peperoni.

LE FAVOLE DI ELISA

A cura di Elisa M

La fanciulla schizzinosa. (un racconto zen)

C'era una volta una fanciulla bella e intelligente. Soltanto che era un po' viziata e schizzinosa.

Era infatti in età da marito e disdegnava tutti i giovanotti, anche i più abili e avvenenti.

Arrivò un giorno però a farle visita un giovane scaltro, che di donne se ne intendeva. Cominciò a farle la corte garbatamente con molta pazienza e umiltà.

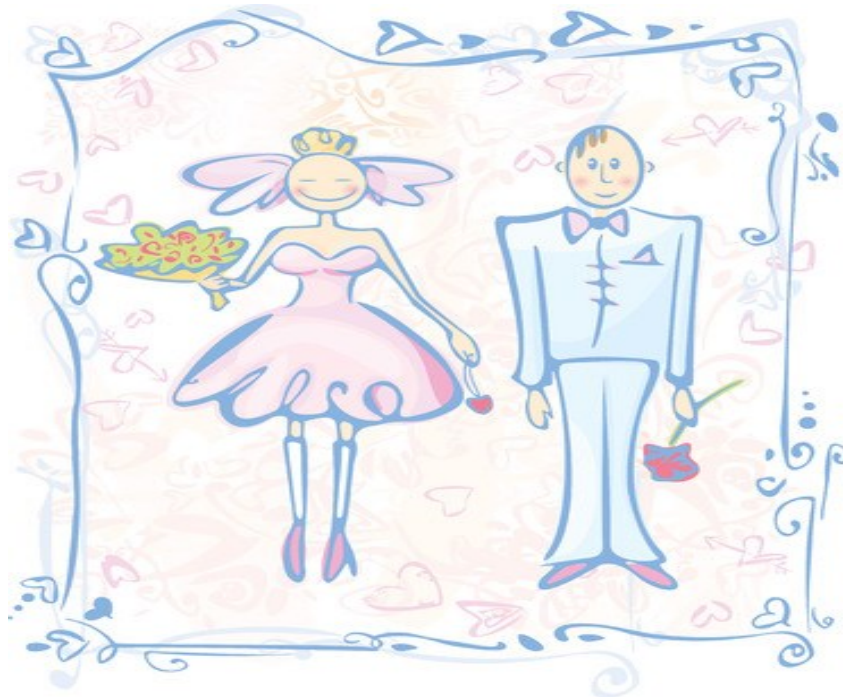
Ma la fanciulla non cedette alle sue lusinghe.

Allora lui improvvisamente se ne andò.

La fanciulla ne sentì molto la mancanza e capì che si era innamorata di lui. Andò a cercarlo e i due fecero pace.

Ora era lei che corteggiava lui! O per lo meno si davano il turno nel farlo.

I due convolarono presto a nozze e vissero per sempre felici e contenti...



ATTIVITA' DI COMUNITA'

A cura Andrea A. e Cinzia B.

USCITA KALIPE' A CISON DI VALMARINO

Castel Brando è un **castello** situato nel di comune di Cison di Valmarino (TV).

La rocca su cui sorge il castello era frequentata sin dal periodo paleoveneto. Si ritiene che, in quei secoli, la popolazione fosse costretta a stabilirsi lungo le alture di mezza costa, poiché il fondo valle era acquitrinoso.

La costruzione di una vera e propria fortificazione, sulle basi di un precedente castrum romano, si ebbe intorno all'alto medioevo e si potrebbe collocare, più precisamente, nella prima metà del X secolo, durante le invasioni degli Ungari.



“Venerdì 6 Settembre siamo andati in uscita a Cison di Valmarino in visita ad un castello bellissimo, castel Brando.

Siam saliti alla vetta della collina per arrivare al castello, abbiamo visto l'interno e fatta la visita panoramica dove dall'alto si vedeva un bel panorama. Abbiamo camminato in un sentiero tra i boschi fino ad arrivare all'ingresso di una funivia, scesi a valle abbiamo visitato un negozio con i souvenir tipici del castello. Usciti ci siamo riposati per aspettare il gruppo di ragazzi di una altra comunità che sono scesi a piedi. Raggruppati tutti siamo saliti in furgone e siamo ripartiti verso casa. Durante il rientro ci siamo fermati su un bar a bere un caffè. Abbiamo passato una giornata fantastica e ci siamo divertiti un sacco.”

PENSIERI LIBERI E DISGUSTOSI

A cura di Cristina e Cinzia



A me fanno schifo i cimici perché puzzano, le cavallette perché sono grandi e si arrampicano dappertutto. In generale tutti gli insetti. Invece nel cibo mi fa schifo l'aglio. Quando la settimana scorsa hanno fatto un risotto, a me è arrivato un piatto con un o spicchio di aglio intero e per fortuna me ne sono accorta e l'ho messo da parte!
Cristina C.

Mi fa un po' schifo andare all'ospedale perché è un posto pieno di persone malate e di sangue. Mi fa impressione. Vorrei non doverci mai andare. Mi fanno schifo le persone aggressive e violente con gli altri. E poi gli insetti, soprattutto quelli tropicali. Dover abitarci prima, c'erano delle cavallette enormi e rosse, non le avevo mai viste. Secondo me le ha portate qualcuno da qualche paese straniero con la nave e poi loro sono andate in giro. Come capita anche con certi serpenti.
Cinzia B.



PENSIERI LIBERI E DISGUSTOSI

A cura di Valentina e Giuseppe



A me fa schifo la carne, il pollo, gli hamburger, le bistecche perché provo pena per gli animali. Mi fanno schifo le persone violente che uccidono gli altri e le persone maleducate. Mi fanno schifo i ragni ma riesco a ucciderli con la scopa. Mi fa schifo trovare il bagno sporco di urine e feci.
Valentina T.

A me fanno schifo le lumache rosse che trovo nel prato della comunità e cimici perché puzzano tanto. Mi farebbe schifo ammazzare una persona perché ci sarebbe sangue dappertutto. Mi fanno schifo le persone che si drogano e quelli che violentano le persone. Mi fanno schifo le persone sporche che non si lavano e quindi puzzano, come fanno alcuni ospiti della comunità.
Giuseppe P.



ATTIVITA' DI COMUNITA'

A cura di Redina F.

Ciao a tutti, sono Redina, un Tecnico della Riabilitazione Psichiatrica e da due mesi lavoro in questa comunità.

Nel mese di ottobre ho proposto un gruppo mirato a migliorare la crescita e la consapevolezza delle persone che vi partecipano, ovvero il gruppo di training Metacognitivo.

Ma cos'è la Metacognizione?

La metacognizione è essere consapevoli e avere il controllo di come funzionano i nostri processi cognitivi, modificare i comportamenti scorretti e imparare nuove strategie per affrontare le sfide.

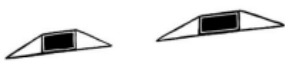
Nella nostra comunità siamo sempre alla ricerca di strumenti innovativi per supportare i nostri utenti nel loro percorso di recupero e crescita personale, e questo approccio è un metodo che mira a migliorare le capacità di riflettere su come pensiamo, su come capiamo e su come gestiamo le nostre emozioni.

Affrontare le sfide quotidiane non sempre è facile, le sfide più difficili a volte richiedono delle nuove strategie per essere affrontate, e cosa c'è di meglio di trovarle all'interno di un gruppo che ci dà più forza e ci consiglia nuove idee? Tramite questo gruppo c'è un continuo scambio di esperienze personali e metodi diversi di affrontare le situazioni e i problemi che ci si presentano quotidianamente.

Inoltre vengono usate delle slide e giochi interattivi, quindi ognuno può partecipare mettendosi alla prova con gli altri!

Nel primo incontro abbiamo affrontato un tema importante, ovvero "Saltare alle Conclusioni".

Vi porto un esempio:



Cosa Rappresenta questa immagine?

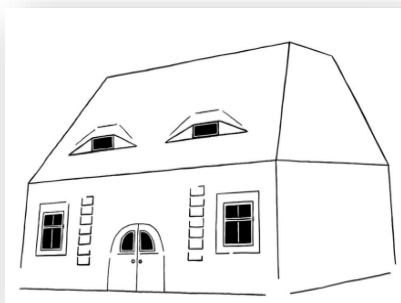
Quanto ne sei sicuro da 1 a 10?

ATTIVITA' DI COMUNITA'

A cura di Redina F.



E ora? Quanto ne sei sicuro?



L'immagine rappresentata era sin dall'inizio una casa!

Avendo però poche informazioni potevano sembrare inizialmente due occhi o anche una faccina triste..

Questo succede perché spesso si formulano dei giudizi senza avere tutte le informazioni disponibili, senza esserne certi al 100%, e questo può portare a degli errori e a dei pregiudizi che possono essere controproducenti per noi o per gli altri.

Per questo è quindi importante confrontarsi con gli altri prima di prendere una decisione importante e prendere tutte le informazioni possibili dall'ambiente.

Questo gruppo affronterà sempre nuovi temi che riguardano la vita di tutti i giorni per aiutarci a migliorare e prendere sempre più consapevolezza.

PAROLE IN VERSI

A cura di Serena P.

“Cuore d’Oro”

*Mi chiesi cosa serve per stupire i miei lettori
Beh, sicuramente una penna.
Volevo solo raccontarvi una delle mie ragioni di vita
Sì lei, lei chi? Vi chiederete
La mamma Pellicano. E perché?
Perché per chi non lo sapesse
La mamma pellicano si becca sul petto
Per nutrire i suoi piccoli con il suo sangue.
Quale nobile madre farebbe questo per i propri figli?
Nessuna voi giustamente direte.
Ma la mamma Pellicano aiuta i suoi piccoli
Anche ad aprire le ali
Prima degli occhi, in modo tale che siano più pronti per le cadute.
Quindi chiusi gli occhi e aprii le mie ali
E lei era lì a vegliare su di me.*



Grazie Mamma



NOTIZIE DALLE NOSTRE...

LA RSSP SIRTAKI di MONTECCHIO P.

LA CAE ANCONETTA di S. CATERINA

LA CAE di GRANCONA

CAE ANCONETTA



Pagina Uno

*Questo mese vi lasciamo un cruciverba culinario.
Buon viaggio dalla comunità di Anconetta....*

Completa. Il giro del mondo in 29 piatti

I viaggi servono ad andare per musei e monumenti a farsi milioni di selfie, ma anche a provare i piatti tipici del luogo che si visita. Tieni pronto il bicarbonato, perché ti abbiamo preparato un menù molto vario con specialità di tutto il mondo. Saprà riconoscerle tutte?

1. Se lo trovi sul menù, o sei in un quartiere hipster o sei alle Hawaii.
2. Panino o piadina? Cipolla, piccante?
3. Zuppa caratteristica dell'Unione Sovietica, perfino nel colore.
4. Il cibo più amato dai milanesi.
5. Il piatto più disegnato nei manga.
6. Squalo che puzza di ascella di vichingo.
7. Quando il cavolo rimasto in frigo fermenta, ma ne approfitti per preparare un piatto coreano.
8. Come nel Re leone: vermi viscidii... ma saporiti!
9. Insalata di riso, ma coreana.
10. La lasagna di Zorba il greco.
11. Quando i ceci fanno una crema.
12. Gli svizzeri sono esperti nel fondere le cose: oro, cioccolato, formaggio...
13. Piatto maghrebino alquanto ripetitivo.
14. Fast food dal sapore venezuelano.
15. Lasciamo che si dedichino al tè, se non sanno cucinare niente di meglio.
16. L'unico piatto vegetariano a cui hanno dedicato un cartone animato.
17. Se la prepari con la panna ti ritirano il passaporto italiano.
18. Magari Bolsonaro facesse indigestione di questo stufato...
19. Più portoghese degli azulejos (ma di un altro colore).
20. Una zuppa forte come l'abbraccio di Luisa Madrigal di Encanto.
21. I greci hanno trovato un modo per mangiare la vite, oltre che per berla.
22. Con questo piatto non rompi il digiuno del Ramadan, lo distruggi.
23. Perché dire "crocchette di ceci" non suona altrettanto delizioso.
24. Se non c'è un food truck con questo piatto bretone, non è una vera vacanza.
25. Tortilla piegata.
26. Come una panzanella, ma in formato zuppa. Olé!
27. Se i vietnamiti ci avessero aggiunto altro coriandolo, da zuppa di spaghetti sarebbe diventato un'insalata.
28. Piatto tipico spagnolo, finché non ci aggiungi del chorizo a caso.
29. Per fare la scarpetta in India.

Se proprio stai annaspando, forse questi indizi ti aiuteranno:

- | | | |
|---|---|---|
| 1.  | 11.  | 21.  |
| 2.  | 12.  | 22.  |
| 3.  | 13.  | 23.  |
| 4.  | 14.  | 24.  |
| 5.  | 15.  | 25.  |
| 6.  | 16.  | 26.  |
| 7.  | 17.  | 27.  |
| 8.  | 18.  | 28.  |
| 9.  | 19.  | 29.  |
| 10.  | 20.  | |



CAE ANCONETTA



Pagina Due

PASSATEMPI

A8
72
Sol 22/04/11

Texto: Carlos Escuin
Diseño: Igor Fernández



IL DISGUSTO

Il disgusto fa parte delle nostre **emozioni primarie**, presenti fin dalla nascita, insieme alla gioia, alla tristezza, alla rabbia e alla paura. Ci aiuta a stare lontani da cibi e sostanze che potrebbero essere dannosi per il nostro organismo, oltre che da situazioni e persone che potrebbero rivelarsi “pericolose”.

Tutti noi, almeno una volta, abbiamo provato disgusto per qualcosa, dal cibo scaduto dimenticato nel frigo, alle notizie più terribili lette sui giornali. Infatti la funzione primaria del disgusto è quella di difenderci da degli eventi e stimoli dannosi.

Come si manifesta?

Il disgusto, come tutte le emozioni, prevede una specifica **reazione fisiologica**, caratterizzata da rallentamento cardiaco, aumento salivazione e risposte del sistema parasimpatico (quello che regola, tra altre cose, tutto l'apparato digerente).

Solitamente causa disgusto ciò che al palato viene percepito come amaro (rimembranze di veleni e tossicità) o acido (alimenti che stanno andando a male). Mentre al tatto, causa disgusto ciò che è viscido, molliccio poiché facilmente associato a qualcosa di putrido, di stantio. Oppure ciò che ha un cattivo odore.

Il disgusto associato ad un cattivo sapore è innato (un neonato rifiuta e sputa un cibo molto amaro o acido), il disgusto associato ad un certo tipo di persone, di ambienti, di ideologie, di atteggiamenti **si sviluppa con la cultura ed ambiente di appartenenza**, soltanto quando il bambino diventa più grande.

La conseguenza del disgusto: Il rifiuto e l'importanza di dire “No!”

Il disgusto agisce attraverso l'esigenza di allontanarsi, o tramite la dichiarazione di netto **rifiuto** “No!”, per evitare che la sostanza o la persona entri in contatto con noi e ci “contamini”.

La **contaminazione** infatti non ha come unico risultato il proprio stato di salute, ma ha anche risvolti sociali. Essa potrebbe portare al rifiuto da parte degli altri, che ci disprezzerebbero perché saremo “marci”, “sporchi”, inaccettabili. In questo caso quello che rischiamo nel rapporto con gli altri è uno svilimento della nostra dignità. Il disgusto è dunque un'emozione che tutela non solo il corpo fisico e la sua integrità, ma anche il Sé e il senso della nostra **dignità umana**.

CAE GRANCONA



Pagina Due

RICCINO E IL MISTERO DELLA CITTA' PERDUTA

Una lezione tra le rovine

Nel cuore di una fitta foresta, dove la luce del sole faticava a penetrare tra gli alberi secolari, viveva un piccolo riccio di nome Riccino.

Riccino era noto per la sua insaziabile curiosità e il desiderio di esplorare il mondo oltre la sicurezza del suo cespuglio.

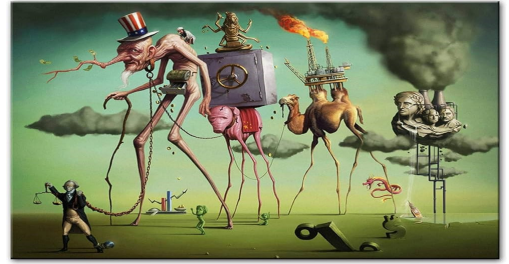
Un giorno, mentre seguiva un'antica mappa ritrovata in una vecchia soffitta, Riccino scoprì l'ingresso nascosto di una città perduta. Con il cuore pieno di eccitazione, si inoltrò tra le rovine, immaginando di scoprire i tesori e segreti dimenticati.

Tuttavia, quello che trovò lo riempì di disgusto. Invece di meraviglie, le strade una volta maestose erano piene di rifiuti abbandonati da esploratori incuranti. Bottiglie di plastica, carte e altri detriti deturpavano l'antica bellezza della città, rovinando l'atmosfera magica del luogo. Il disgusto iniziale di Riccino si trasformò presto in determinazione. "Non posso permettere che questo luogo resti in questo stato", decise, mettendosi al lavoro per pulire le rovine.

Alla fine, quando l'ultimo pezzo di spazzatura fu rimosso, Riccino si fermò a contemplare il loro lavoro. La città brullava sotto la luce del sole, e la foresta sembrava ringraziarli per il loro impegno.

Riccino capì che la vera avventura non stava nel trovare tesori nascosti, ma nel proteggere e preservare la bellezza del mondo che ci circonda. E quella lezione, appresa tra le rovine di una città dimenticata, era il più grande tesoro che avesse mai scoperto.





GRUPPO MEGAZINE: IL DISGUSTO

Oggi affrontiamo con i nostri ospiti il tema del disgusto.

Il disgusto è un'emozione primaria, presente fin dalla nascita, che ci protegge da cibi, sostanze, persone e situazioni potenzialmente dannose. Si manifesta con specifiche reazioni fisiologiche, come rallentamento cardiaco e aumento della salivazione, e si attiva in presenza di gusti amari o acidi e di consistenze viscidie o odori sgradevoli. Il disgusto innato, legato ai sapori, si sviluppa più tardi in relazione a persone, ambienti e ideologie, influenzato dalla cultura. La sua funzione principale è il rifiuto, sia fisico che sociale, per preservare non solo la salute ma anche la dignità personale.

Durante il gruppo, sono emersi vari esempi di disgusto personale:

Roberto afferma di non aver mai provato disgusto, ma il gruppo è scettico.

Ulisse prova disgusto per le mosche e per la verdura.

Tiziano lo prova per i roditori, associandoli alle fogne.

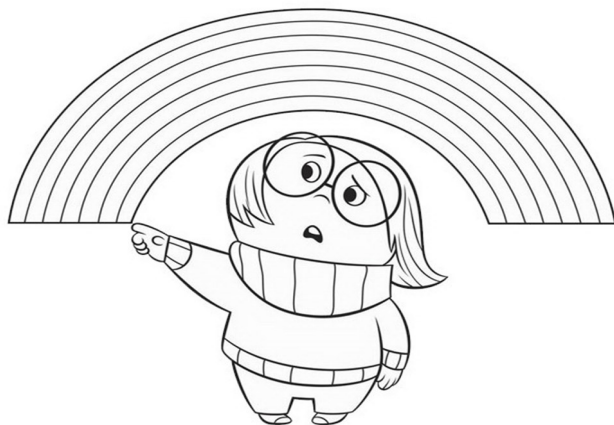
Vittorio manifesta disgusto per cibi e bevande che non gli piacciono.

Fabio e Nelly condividono il disgusto per ragni e scorpioni.

Pietro esprime disgusto per le persone che parlano male degli altri in loro assenza.

Infine, il gruppo ha colorato insieme un disegno che rappresentava un

personaggio che mostrava tristezza e disgusto.



RSSP SIRTAKI

A cura di Alessandra M.

DISGUSTO ETILICO

“O Dio, dammi il coraggio, la forza di guardare / Senza provar disgusto il mio corpo e il mio cuore!” scrisse Baudelaire, il poeta dello *spleen* (“milza” in inglese), ovvero quello stato di depressione cupa, di noia, di repulsione verso la vita che provoca un senso di perenne inadeguatezza verso la società e la realtà stessa.

Lo *spleen* probabilmente è ciò che provano i protagonisti di questo dipinto di Edgar Degas (Parigi 1834-1917), pittore e scultore francese, considerato tra i fondatori dell'Impressionismo, anche se egli si riteneva più che altro realista.

“L'Assenzio” rappresenta in maniera brutale lo stordimento e l'intorpidimento conseguente all'abuso di tale liquore creato per scopi medicinali ma che, essendo molto alcolico e poco costoso, ebbe una larghissima diffusione popolare quale sostituto povero dell'acquavite.

Nel dipinto vediamo un'esile prostituta e un corpulento clochard, seduti in un locale, una accanto all'altro eppure chiusi nel loro estraniante isolamento silenzioso.



La giovane donna è vestita con abiti vistosi dai dettagli quasi grotteschi: i fiocchi bianchi sulle scarpe, il volant di tessuto increspato sul corsetto, il cappellino inclinato sul capo. Sul tavolino, di fronte a lei, è posato un calice di assenzio; alla sua destra, nel tavolo accanto, si trova la bottiglia di vetro vuota posata su un vassoio di metallo. Con tutta evidenza, la donna è completamente ubriaca: i lineamenti disfatti, il pallore malsano del viso, lo sguardo perso nel vuoto, l'espressione sofferente, il busto leggermente piegato in avanti, le spalle cadenti, suggeriscono all'osservatore un profondo stato depressivo e una condizione di degrado.

RSSP SIRTAKI

A cura di Alessandra M.



L'uomo vicino a lei, vestito di scialbi abiti scuri, con un calice di vino sul tavolo, fuma la pipa immerso nei suoi pensieri. Alle spalle dei protagonisti, uno specchio opaco e sporco riflette le loro sagome conferendo profondità al dipinto.

”È una umanità smunta e spreca, ferma nel tempo vuoto dello spazio stagnante: fredda come il marmo dei tavolini mal lavati, logora e stinta come il velluto dei divani, torbida come gli specchi offuscati... “. (G.C. Argan)

La scena, ambientata all'interno di un caffè parigino, è costruita come se rappresentasse un pezzo di “vita vissuta” colto all'improvviso e si sviluppa sulle linee oblique dell'arredamento. I personaggi sono collocati in fondo a destra, tanto che alcune parti restano parzialmente fuori dall'inquadratura, come per esempio la pipa e la mano sinistra del bohémien.

In primo piano il pittore lascia il vuoto, sottolineando l'isolamento, l'emarginazione, la solitudine interiore derivante dalla compagnia del proprio demone personale, seduto invisibile lì, accanto ai due protagonisti. L'espressione nel volto della donna dà idea del profondo disgusto che ella nutre verso se stessa e la propria condizione esistenziale.

A cura di Alessandra M. (OSS)

ARTE ARTE ARTE



*“Mi fanno ribrezzo gli ospedali” di
Cinzia B.*



*“Mi fanno schifo le lumache rosse” di
Alberto B.*